

OBSAH

Předmluva	3
Orientační mapa	6
Nejlepší trasy	8
Užitečné informace	10
Kategorie náročnosti	11
Trasy s GPS daty a souřadnice výchozích bodů	12
Symboly	13
Horská turistika	18
Výslovnost ve slovenštině	21
Výslovnost v polštině	21
Turistické regiony: Chočské vrchy, Orava a Západní Tatry	32

Chočské vrchy

1	4.15 h	Přes Predný Čebrať, 945 m n. m., a Čebrať, 1054 m n. m.	52
2	6.00 h	Kolem Predného Choče	56
TOP 3	4.45 h	Z Valaské Dubové na Veľký Choč, 1611 m n. m.	60
4	7.00 h	Z Lúček na Veľký Choč, 1611 m n. m.	64
5	5.30 h	Severní částí Chočských vrchů	68
TOP 6	2.45 h	Okružní trasa z Kalamenů k Liptovskému hradu	72
7	3.15 h	Ke keltské osadě Havránok	75
TOP 8	5.45 h	Prosiecka dolina a Kvačianska dolina	78
9	4.45 h	Ostrý vrch, 1128 m n. m., a Holica, 1340 m n. m.	83

Orava

10	2 dny	Po hlavním hřebeni Oravské Magury	86
11	3.15 h	K rozhledně pod Brabírkou	94
12	1.30 h	Červená skala, 695 m n. m.	96
13	1.45 h	Ostražica, 768 m n. m.	98
14	3.30 h	Okruh ze Zuberce na rozhlednu Machy	100
15	4.15 h	Okružní trasa z Tvrdošína k Oravské přehradě	103
16	3.30 h	K rozhledně na Skorušíně, 1314 m n. m.	108
17	4.30 h	K nejvyšší soše Krista na Slovensku	110
18	7.00 h	Z Oravské Polhory na Pilsko, 1557 m n. m.	114
19	3 dny	Přes slovensko-polské Beskydy	118
20	10.00 h	Z Oravské Polhory na Babí horu, 1725 m n. m.	128
TOP 21	8.45 h	Přes Slanou vodu na Babí horu, 1725 m n. m.	132

Západní Tatry

22	8.30 h	Okružní trasa ze Zuberce na Sivý vrch, 1805 m n. m.	138
23	9.30 h	Okružní trasa ze Zuberce na Brestovou, 1934 m n. m.	142
24	6.15 h	Okružní trasa ze Zverovky na Lúčnou, 1653 m n. m.	146
25	5.45 h	Látanou dolinou na Rákoň, 1879 m n. m.	150
TOP 26	12.15 h	Velký okruh ze Zverovky na Baníkov, 2178 m n. m.	154

27	8.45 h	Malý okruh ze Zverovky na Baníkov, 2178 m n. m.	160
TOP 28	5.30 h	Okružní trasa kolem ples v Západních Tatrách	164
TOP 29	10.00 h	Ze Zverovky na Ostrý Roháč, 2088 m n. m.	168
30	11.30 h	Ze Zverovky na Volovec, 2063 m n. m.	173
31	3.15 h	Juráňova dolina	178
32	10.30 h	Z Oravic na Volovec, 2063 m n. m.	180
33	2.30 h	Poľovnícky vodopád	184
34	8.45 h	Přes Babky, 1566 m n. m., na Sivý vrch, 1805 m n. m.	186
35	9.15 h	Okruh z Jalovce na Salatín, 2048 m n. m.	191
36	10.30 h	Okruh z Jalovce na Baníkov, 2178 m n. m.	196
37	10.00 h	Přes Smutné sedlo na Baníkov, 2178 m n. m.	200
38	9.30 h	Okruh přes Baranec, 2185 m n. m., a Plačlivé, 2125 m n. m.	204
39	8.00	Okruh z Pribyliny na Baranec, 2185 m n. m.	208
40	10.00 h	Jamnickou dolinou na Ostrý Roháč, 2088 m n. m.	212
41	12.15 h	Jakubina, 2194 m n. m., a Bystrá, 2248 m n. m.	217
42	11.00 h	Z jihu na Volovec, 2063 m n. m.	222
43	9.00 h	Okruh z Podbanského na Bystrou, 2248 m n. m.	227
44	9.00 h	Z Podbanského do Zakopaného	232
45	9.45 h	Chochołowskou dolinou na Volovec, 2063 m n. m.	237
46	10.00 h	Z horské chaty Ornak do Pribyliny	242
47	12.30 h	Ze severu na Starorobociański Wierch, 2176 m n. m.	247
48	3.00 h	Kościeliskou dolinou k chatě Ornak	252
OP 49	9.45 h	Přes Červené vrchy na Giewont, 1894 m n. m.	257
50	7.30 h	Strážyskou dolinou na Giewont, 1894 m n. m.	262
51	5.00 h	Dolina Białego, Sarnia Skała a Strążyska dolina	266
OP 52	8.30 h	Giewont, 1894 m n. m., a Kasprowy Wierch, 1987 m n. m.	270
53	11.00 h	Přes Kasprowy Wierch k chatě Ornak	276
OP 54	6.15 h	Přes Łaliové sedlo na Kasprowy Wierch, 1987 m n. m.	280
55	2.30 h	Okruh ze Zakopaného na Gubałówku, 1120 m n. m.	284

Slovníček

Rejstřík